**Утверждаю**

**директор ГБОУ РО «КШИСП»**

**\_\_\_\_\_\_ Л.П. Деревянченко**

**«2» ­­­сентября 2023 г.**

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**9 класса**

**на 2023-2024 учебный год**

**государственного бюджетного общеобразовательного учреждения**

**Ростовской области**

**«Красносулинская школа – интернат спортивного профиля»**

7.00 подъем,

7.00– 7.30 личная гигиена, термометрия

7.30 - 7.50 первый завтрак

7.50 - 8.00 подготовка к урокам

8.00- 8.40 1 урок

8.50- 9.30 2 урок

9.30-9.40 второй завтрак

9.40- 10.20 3 урок

10.30- 11.10 4 урок

11.20 -12.00 5 урок

12.10-12.50 6 урок

12.50 – 13.10 обед

13.10- 13.15 подготовка к учебно-тренировочным занятиям

13.15 – 16.45 тренировка

16.45- 17.20 гигиенические процедуры

17.20- 17.30 подготовка к урокам

17.30- 18.10 7 урок

18.10- 18.30 ужин

18.30- 19.40 внеурочная деятельность/прогулка

19.40- 21.10 самоподготовка/занятия в секциях

21.10- 21.25 второй ужин

21.25- 22.00 подготовка ко сну

22.00 отбой

**Утверждаю**

**и. о директора ГБОУ РО «КШИСП»**

**\_\_\_\_\_\_ Н.Б. Стрельникова**

**«7» ­­­ноября 2023 г.**

**РЕЖИМ ДНЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**9 класса**

**на 2023-2024 учебный год**

**государственного бюджетного общеобразовательного учреждения**

**Ростовской области**

**«Красносулинская школа – интернат спортивного профиля»**

7.00 подъем,

7.00– 7.30 личная гигиена, термометрия

7.30 - 7.50 первый завтрак

7.50 - 8.00 подготовка к урокам

8.00- 8.40 1 урок

8.50- 9.30 2 урок

9.30-9.40 второй завтрак

9.40- 10.20 3 урок

10.30- 11.10 4 урок

11.20 -12.00 5 урок

12.10-12.50 6 урок

12.50 – 13.10 обед

13.10- 14.00 подготовка к учебно-тренировочным занятиям

14.00 – 16.00 тренировка

16.00- 17.00 гигиенические процедуры

17.00- 17.30 подготовка к урокам

17.30- 18.10 7 урок

18.10- 18.30 ужин

18.30- 19.40 внеурочная деятельность/прогулка

19.40- 21.10 самоподготовка/занятия в секциях

21.10- 21.25 второй ужин

21.25- 22.00 подготовка ко сну

22.00 отбой